

Sposób wypełnienia kwestionariusza

Kwestionariusz bada poziom „wykonania”. Kwalifikator „wykonanie” opisuje, co dana osoba robi (wykonuje) w swoim obecnym środowisku w świetle pozytywnego lub negatywnego wpływu czynników środowiskowych (łącznie ze wszystkimi aspektami świata fizycznego, społecznego i dotyczącego postaw). Opisuje nie tylko wrodzoną umiejętność wykonania przez daną osobę zadania lub podjęcia jakiegoś działania, ale także uwzględnia urządzenia wspomagające, pomoc innych osób czy jakiegokolwiek inne czynniki środowiskowe stanowiące ułatwienie bądź barierę.

Podstawy opisowe do oceny poziomu problemów

Poziom (problemu)	Częstotliwość	Intensywność	Czas trwania
Nie sprawiało trudności	Problem nie występuje lub występuje przez mniej niż 25% czasu	Intensywność, którą dana osoba może tolerować	Rzadko w ciągu ostatnich 30 dni lub wcale
Umiarkowana trudność	Problem występuje przez mniej niż 50% czasu	Intensywność, która przeszkadza w życiu danej osoby	Okazjonalnie w ciągu ostatnich 30 dni
Znaczna trudność	Problem występuje przez więcej niż 50% czasu	Intensywność, która częściowo zakłóca codzienne życie danej osoby	Często w ciągu ostatnich 30 dni
Nie mogłam/em wykonać	Problem występuje przez więcej niż 95% czasu	Intensywność, która całkowicie zakłóca codzienne życie danej osoby	Codziennie w ciągu ostatnich 30 dni

Dziedzina 1: Funkcje poznawcze

	Jak dużo trudności sprawiało Panu/Pani w ciągu ostatnich 30 dni:
D1.1	skupienie uwagi na wykonywaniu jakiejś czynności przez dziesięć minut?
	<p>Celem tego pytania jest ustalenie skali trudności, jakie ankietowanemu sprawiało koncentrowanie się przez krótki okres czasu ustalony w niniejszym pytaniu na 10 minut. Ogólnie ankietowani treść tej pozycji rozumieją.</p> <p>Jeśli jednak proszą o jego wyjaśnienie, należy ich zachęcić do tego, aby pomyśleli raczej o koncentrowaniu się w zwykłych sytuacjach niż wtedy, gdy są zaabsorbowani jakimś problemem lub gdy znajdują się w rozpraszającym ich otoczeniu. W razie potrzeby należy podpowiedzieć ankietowanemu, aby pomyślał o koncentrowaniu się w czasie wykonywania jakichś czynności, takich jak zadania w pracy, czytanie, pisanie, rysowanie, granie na instrumencie muzycznym, składanie urządzenia, itd.</p>
D1.2	pamiętanie o przyjmowaniu leków, o terminach opłat (czynsz, prąd, telefon), o ulubionym programie telewizyjnym?
	<p>To pytanie dotyczy zapamiętywania codziennych spraw. Nie dotyczy zapamiętywania informacji nieistotnych lub szczegółowych z przeszłości. Należy pytać ankietowanych o to, jak dobrze pamiętają o załatwieniu spraw, które są ważne dla nich lub dla ich rodziny. Jeśli ankietowany korzysta zwykle z jakiejś formy pomocy w zapamiętywaniu, na przykład, z robienia notatek, z elektronicznych urządzeń przypominających lub werbalnych sygnalizacji osobistych asystentów, należy to uwzględnić przy dokonywaniu oceny.</p>
D1.3	uczenie się nowego zadania, np.: uczenie się nowej trasy dojazdu?
	<p>W tym pytaniu uczenie się nowej trasy dojazdu służy tylko jako przykład. Jeśli ankietowani proszą o wyjaśnienie lub jeśli wydają się rozumieć to pytanie tylko jako czynność uczenia się jak dojechać do nowego miejsca, należy zachęcić ich, aby pomyśleli o innych sytuacjach w minionym miesiącu, które wymagały nauczenia się czegoś nowego, jak na przykład:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zadanie do wykonania w miejscu pracy (np. nowa procedura czy nowe zadanie) • w szkole (np. nowa lekcja) • w domu (np. uczenie się nowej czynności dokonania naprawy czegoś w domu) • organizacja czasu wolnego (np. uczenie się nowej gry lub rzemiosła). <p>W czasie dokonywania samodzielnych ocen przez ankietowanych, należy poprosić ich o zastanowienie się na tym, jak łatwo nabywali nowe informacje, ile potrzebowali pomocy lub powtórzeń, aby nauczyć się i jak dobrze zapamiętali to czego się nauczyli.</p> <p>Jeżeli ankietowany nie uczył się ostatnio nowego zadania, ale jest osobą samodzielną należy go dopytać: „Czy miałby Pan/Pani problem z nauczeniem się nowego zadania, gdyby zaszła taka konieczność”</p>
D1.4	ogólne rozumienie tego, co mówią inni? np. w sklepie podczas zakupów, podczas rozmowy z bliskimi

	<p>Należy poprosić ankietowanych o zastanowienie się nad ich zwykłym sposobem porozumiewania się (np. w języku mówionym, w języku migowym, przy użyciu urządzenia wspomagającego takiego jak aparat słuchowy, itd.) i ocenienie ogólnego stopnia trudności w rozumieniu komunikatów innych osób.</p> <p>Ankietowani powinni rozważyć wszystkie sytuacje, z jakimi mieli do czynienia w ciągu ostatnich 30 dni, takie jak sytuacje, w których:</p> <ul style="list-style-type: none"> • inni mówili szybko • w tle był duży hałas • występowały czynniki rozpraszające. <p>Podczas oceny tego pytania należy wykluczyć jakiegokolwiek trudności, które mogłyby wynikać z różnic w językach ojczystych.</p>
D1.5	rozpoczynanie i kontynuowanie rozmowy?
	<p>Należy ocenić zarówno rozpoczynanie jak i prowadzenie rozmowy. Jeśli ankietowani stwierdzą, że mają większe trudności z rozpoczynaniem rozmowy niż z jej prowadzeniem (lub odwrotnie), aby dokonać oceny końcowej w tym zakresie, należy zapytać się o średni stopień trudności, jaki napotkali podczas wykonywania obu tych czynności.</p> <p>Rozmowa obejmuje stosowanie wszystkiego co należy do zwykłej procedury porozumiewania się (język mówiony, pisany, migowy, gestów). Jeśli ankietowani używają zwykle do porozumiewania się urządzeń wspomagających, należy zapewnić, aby w przedstawionej ocenie trudności uwzględniony został fakt prowadzenia rozmowy przy użyciu tych urządzeń.</p> <p>Należy poprosić ankietowanych o zastanowienie się nad innymi czynnikami wynikającymi z problemów zdrowotnych mającymi wpływ na rozpoczynanie i prowadzenie rozmowy. Przykłady mogą dotyczyć utraty słuchu, trudności w mówieniu (jak np. po udarze), jąkania się czy lęku.</p>
D1.6	czytanie prasy/książek?
	<p>Należy ocenić czy ankietowany czyta prasę lub książki. Należy poprosić ankietowanych o zastanowienie się o przyczyny ewentualnego braku czytania, czym mogą być spowodowane. Jeżeli ankietowany nie czyta, ale korzysta z Internetu należy go dopytać: „Czy miałby Pan/Pani problem z przeczytaniem tekstu drukowanego, gdyby zaszła taka konieczność”</p>

Dziedzina 2: Poruszanie się

	Jak dużo trudności sprawiało Panu/Pani w ciągu ostatnich 30 dni:
D2.1	stanie przez czas dłuższy niż na przykład 30 minut?
D2.2	zmiana pozycji ciała z siedzącej na stojącą lub odwrotnie?
D2.3	poruszanie się wewnątrz domu?
	<p>To pytanie dotyczy poruszania się pomiędzy pomieszczeniami i wewnątrz nich przy użyciu urządzeń wspomagających lub pomocy osoby, która jest zwykle obecna na miejscu. Jeśli ankietowany mieszka w domu wielopiętrowym, pytanie to dotyczy również przemieszczania się w razie konieczności z jednego piętra na inne.</p>

D2.4	wychodzenie z domu?
	<p>Celem tego pytania jest uzyskanie informacji na temat:</p> <ul style="list-style-type: none"> • fizycznych aspektów wychodzenia z domu (ruchomość) • emocjonalnych i psychicznych aspektów wychodzenia z domu (np. depresja, lęk, itd.) <p>W tym pytaniu „dom” oznacza aktualne miejsce zamieszkania ankietowanego, które może być jego domem, mieszkaniem lub domem opieki.</p>
D2.5	chodzenie na duże odległości, np. 1 kilometr (pieszo lub na wózku lub z balkonikiem).
	Jeśli ankietowany nie chodził w ostatnim czasie na takie odległości, bo np. dysponuje samochodem, należy zadać dodatkowe pytanie: „Czy miałby Pan/Pani problem z przejściem takiego dystansu, gdyby zaszła taka konieczność?”
D2.6	poruszanie się po schodach
D2.7	samodzielne poruszanie się komunikacją miejską
	Jeśli ankietowany nie poruszał się komunikacją w ostatnim czasie, bo np. dysponuje samochodem, należy zadać dodatkowe pytanie: „Czy miałby Pan/Pani problem z poruszaniem się komunikacją miejską, gdyby zaszła taka konieczność?”

Dziedzina 3: Dbanie o siebie

	Jak duże trudności sprawiało Panu/Pani w ciągu ostatnich 30 dni:
D3.1	samodzielne mycie całego ciała?
	<p>To pytanie dotyczy mycia całego ciała przez ankietowanych w sposób przyjęty w ich kulturze.</p> <p>Jeśli ankietowani odpowiedzą, że w ciągu ostatnich 30 dni nie myli swojego ciała, należy zadać im pytanie o to, czy wynikało to z problemów zdrowotnych</p>
D3.2	samodzielne wykonywanie czynności z zakresu higieny osobistej?
	To pytanie dotyczy czynności z zakresu higieny osobistej przez ankietowanych
D3.3	samodzielne jedzenie?
	<p>Ten punkt dotyczy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spożywania, co obejmuje: porcjowanie jedzenia, przenoszenie jedzenia z talerza do ust lub picie ze szklanki • przełykania zarówno jedzenia jak i napojów • czynników psychicznych lub emocjonalnych, które mogą mieć wpływ na trudności w jedzeniu, takie jak anoreksja, bulimia czy depresja. <p>Pozycja ta nie dotyczy przygotowywania posiłków.</p> <p>Jeśli ankietowany odżywia się dojelitowo (np. przez zgłębnik), pytanie to dotyczy trudności podczas tego rodzaju karmienia; na przykład w czasie przygotowywania i czyszczenia pompy żywienia.</p>

D3.4	samodzielne ubieranie się?
	To pytanie dotyczy wszystkich aspektów ubierania górnej i dolnej połowy ciała. W czasie dokonywania oceny należy poprosić ankietowanych o zastanowienie się nad czynnościami takimi jak wyjmowanie ubrań z miejsc, w których się one znajdują (takich jak szafa, komody) oraz zapinanie guzików, wiązanie butów, itd.

Dziedzina 4: Dobre relacje

	Jak duże trudności sprawiało Panu/Pani w ciągu ostatnich 30 dni:
D4.1	nawiązywanie kontaktów z osobami, których Pan/Pani nie zna?
	<p>Ta pozycja dotyczy kontaktów w dowolnej sytuacji z nieznanymi, takimi jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sprzedawcy • pracownicy obsługi • osoby pytane o drogę. <p>Podczas dokonywania oceny należy poprosić ankietowanych o zastanowienie się zarówno nad zwracaniem się do takich osób jak i nawiązywaniem z nimi zadawalających kontaktów w celu uzyskania pożądanego wyniku.</p> <p>Odpowiedź „nie sprawiało trudności” może dotyczyć również sytuacji, gdy osoba nie mogła nawiązać kontaktów z osobami, których nie zna z powodu braku okazji.</p>
D4.2	utrzymywanie kontaktów towarzyskich?
	<p>Pozycja ta obejmuje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pozostawanie w kontakcie • utrzymywanie kontaktów z przyjaciółmi w sposób zwyczajowy • inicjowanie form aktywności z przyjaciółmi • uczestniczenie w aktywnościach po otrzymaniu na nie zaproszenia. <p>Ankietowani będą czasem informować o tym, że w ciągu ostatnich 30 dni nie angażowali się w utrzymywanie żadnych przyjacielskich kontaktów. W takim przypadku należy zapytać, czy przyczyną był stan zdrowia.</p> <p>Odpowiedź „nie sprawiało trudności” może dotyczyć również sytuacji, gdy osoba nie utrzymuje kontaktów towarzyskich z powodu braku potrzeby takich kontaktów.</p>
D4.3	utrzymywanie dobrych stosunków z osobami bliskimi?
	<p>Należy poprosić ankietowanych o zastanowienie się nad wszelkimi związkami, które mogą określić jako bliskie. Związki te mogą występować w ramach rodziny lub poza nią.</p> <p>Odpowiedź „nie sprawiało trudności” może dotyczyć również sytuacji, gdy osoba nie utrzymuje kontaktów z bliskimi z powodu braku potrzeby takich kontaktów.</p>

Dziedzina 5: Aktywność życiowa

	Jak dużo trudności sprawiało Panu/Pani, z powodu stanu zdrowia, w ciągu ostatnich 30 dni:
D5.1	samodzielne przygotowywanie posiłków?
	Celem tego pytania jest uzyskanie od ankietowanych oceny dotyczącej wszelkich trudności w przygotowywaniu posiłków. Należy poprosić ankietowanych o zastanowienie się nad możliwościami przygotowywania posiłków czyli planowaniem, organizowaniem, gotowaniem i podawaniem prostych i złożonych posiłków dla siebie i innych takich jak np. ustalanie menu, wybieranie produktów i napojów zdalnych do spożycia, łączenie składników podczas sporządzania posiłków, gotowanie i przyrządzanie zimnych potraw i napojów oraz podawanie potraw do spożycia.
D5.2	samodzielne sprzątnięcie mieszkania?
	Celem tego pytania jest uzyskanie od ankietowanych oceny dotyczącej wszelkich trudności w samodzielnym sprzątnięciu mieszkania.
D5.3	samodzielne wykonywanie prania, w tym rozwieszanie?
	Celem tego pytania jest uzyskanie od ankietowanych oceny dotyczącej wszelkich trudności w samodzielnym wykonaniu prania w tym jego rozwieszenia.
D5.4	samodzielne dokonywanie zakupów?
	Celem tego pytania jest uzyskanie od ankietowanych oceny dotyczącej wszelkich trudności w samodzielnym dokonywaniu zakupów.